

ESCLARECIMENTOS CUSTOMIZADOS DE BENEFÍCIOS DO CONSUMO DE FEIJÃO COMUM NA OCORRÊNCIA DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

Bianca Correchel Salomon Cabral¹; Hugo Cezarotti Padilha¹; Carlos Magri Ferreira²; Reginaldo Santana Figueiredo¹; Tamillys Cientelly de Lelis Albernaz Luz²; Raquel de Andrade Cardoso Santiago¹

¹Universidade Federal de Goiás; ²Embrapa arroz e Feijão; biancacorrechel@gmail.com

O feijão-comum (*Phaseolus vulgaris* L.) é um dos alimentos mais consumidos pelos brasileiros. Pesquisas mostram diversos benefícios à saúde proporcionados pela ingestão dessa leguminosa. No Brasil, desde a década de 1970 até o início dos anos 2000 ocorreu uma transição nutricional, caracterizada pela redução da desnutrição, aumento da obesidade e, conseqüentemente, aumento de Diabetes *Mellitus*, Hipertensão Arterial e outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Em janeiro de 2017 a Embrapa Arroz e Feijão e a Universidade Federal de Goiás iniciaram pesquisa com consumidores de arroz e feijão afim de avaliar a percepção e, o consumo associado destes grãos. Entre outros resultados, identificou a baixa informações dos consumidores frente os benefícios que o consumo do feijão proporciona em relação às DCNT. Com o propósito de fornecer informações corretas e idôneas, a Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Goiás está identificando à luz dos resultados da pesquisa aspectos que merecem ser esclarecidos aos consumidores para que conheçam melhor os benefícios do consumo do feijão em relação a ocorrência de doenças associadas a alimentação inadequada. Artigos recentes mostram que o feijão é capaz de contribuir positivamente no controle glicêmico, auxiliando na regulação da Diabetes *Mellitus* tipo 2 e no controle da hipertensão arterial, por meio de de peptídeos e fibras presentes em sua composição. A partir da vasta literatura sobre benefícios à saúde desta leguminosa, serão desenvolvidas peças publicitárias customizadas abordando pontos críticos ou percepções equivocadas diagnosticadas, ou reforçando pontos positivos de aspectos nutricionais e funcionais do feijão, culminando com um artigo de revisão. Outra linha de trabalho é a produção de material educativo para treinamentos de merendeiras e extencionistas da Emater-GO, importantes agentes multiplicadores nos municípios goianos. Além do material educativo será desenvolvido receituário com formas de preparo não convencionais para grupos populacionais específicos. Pretende-se com essa iniciativa piloto, conscientizar o consumidor goiano sobre o consumo adequado dessa leguminosa, além de expandir a pesquisa para outros estados brasileiros.

Palavras-chave: nutrição; feijão comum; doenças crônicas;

Agradecimentos: à Bolsinha Informativos pelo financiamento do trabalho.